

ほけんだより 6月号



乳児には生後7～8か月ほどでかわいらしい前歯が生えてきます。その後3歳までに20本の乳歯が生えそろう、6歳頃から永久歯に生え変わっていきます。歯科検診は永久歯になってからの虫歯の予防や早期治療など健康な歯を維持するために重要となってきます！
歯科検診の結果を確認し、必要時は歯科の受診をお願いいたします。



虫歯予防デー

歯みがきの効果アップ!

歯ブラシ・歯みがき粉(歯磨剤)の選び方

フッ素(フッ化物、フッ素化合物)を含む歯みがき粉の使用法			
年齢	タイプ	使用量	含まれるフッ素濃度
歯の生え始め～2歳	ジェル状 泡状	子ども用歯ブラシの1/3 1日1回(仕上げみがきで使用) うがいなし	500ppm(ジェル状) 1000ppm(泡状) ※500ppm未満のものは効果が期待できない。
3～5歳	ペースト状	子ども用歯ブラシの2/3 1日2回程度(うがいしすぎない) 歯をみがいた後、30分は飲食を控える	500ppm(泡状、またはMFP歯磨剤なら1000ppm)

使用する場合は、種類や成分をよく見て、使いすぎに注意しましょう。



歯ブラシと歯みがき粉

- ・年齢に合ったものを使う
- ・歯みがき粉は必ずしも必要ありません

歯みがき粉の種類

一般的なものはペーストタイプですが、ぶくぶくうがいや吐き出しができない1～3歳の子どもは、ジェル状・泡状・液状などがよいでしょう。

歯みがき粉の成分

フッ素(フッ化物・フッ化ナトリウムなど)を含む歯みがき粉は、虫歯を予防する効果が期待できますが、フッ素のとりすぎを防ぐため、使用量を守りましょう。研磨成分(炭酸カルシウムや無水ケイ酸など)は、やわらかい乳歯には強すぎるので避けたほうがよいでしょう。

***とびひ(伝染性膿痂疹)急増中です! 予防できる病気なのでしっかりと清潔を保ちましょう!**

原因:むしさされや湿疹を掻きキスができたことなどでそのキスから細菌感染(黄色ブドウ球菌・溶血性レンサ球菌)することで起こります→キスがひどくなると細菌が血液中に感染し「ブドウ球菌性熱傷様皮膚症候群」になり、危険が高い状態になります!

種類:水泡性膿痂疹(水ぶくれ)と痂皮性膿痂疹(かさぶた)の2種類に分類されます

予防:傷ができたときに清潔に保つこと かゆみなど掻いてしまうためキスができないように常に爪は短くしておくことが予防の方法になります

対応:ほかの人にうつる可能性があるのでプールは治癒するまで控えましょう

登所:キスの部分がガーゼなどでおおわれているか、乾燥しているかが重要になりますので、診断された場合は、必ずお知らせください